

臺南市公(私)立協進國民中(小)學 115 學年度第一學期五年級 (體育專業領域)課程計畫

課程名稱	專門棒球	實施年級 (班級組別)	五年級	教學 節數	每週(6)節，本學期共(126)節			
課程規範	◎ ☒ 領域學習課程-部定專長領域 ☐ 藝術才能班部定專長領域 ☒ 體育班部定體育專業 ◎ ☒ 彈性學習課程-特殊需求領域課程 專業課程： ☐ 藝術才能班校訂專長領域 ☒ 體育班校訂體育專業							
設計理念	帶領學生學習棒球基本動作及規則觀念，增進身體適能並且最後能完成比賽。							
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。							
課程目標	1. 早期發掘具有體育潛能之學生，施予計畫性之適性探索教育。 2. 透過體育教學，激發創造力與運動力，以培養強健體魄與競賽能力。 3. 透過團體活動與競賽，拓展運動視野，培養人群關懷							
課程架構脈絡								
教學期程	節 數	單元與活動名稱	學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	學習評量 評量方式	自編自選教材 或學習單 使用教具或器材
第 1 週	6	1. 基本體能 2. 基本傳接球	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	學生能完成基本傳接球	利用基本傳接球要領完成傳接球	觀察檢核 行為檢核 口語評量	棒球、手套、角錐
第 2 週	6	1. 基本體能 2. 基本傳接球	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	學生能完成基本傳接球	利用基本傳接球要領完成傳接球	觀察檢核 行為檢核 口語評量	棒球、手套、角錐
第 3 週	6	1. 基本體能 2. 基本傳接球 3. 滾地球接捕	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本	能運用正確的投球動作，完成最基本的傳	利用基本技巧完成各種基本守備及跑壘	觀察檢核 行為檢核 口語評量	棒球、手套、角錐、壘包

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

		4. 基本跑壘訓練		動作及基礎戰術。	接球 能體認身體各部位的動能，並流暢執行守備基本動作 能以正確的步伐與姿勢，完成四個壘包的繞壘			
第 4 週	6	1. 基本體能 2. 基本傳接球 3. 滾地球接捕 4. 基本跑壘訓練	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	能運用正確的投球動作，完成最基本的傳接球 能體認身體各部位的動能，並流暢執行守備基本動作 能以正確的步伐與姿勢，完成四個壘包的繞壘	利用基本技巧完成各種基本守備及跑壘	觀察檢核行為檢核口語評量	棒球、手套、角錐、壘包
第 5 週	6	1. 基本體能 2. 基本傳接球 3. 滾地球接捕 4. 基本跑壘訓練	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	能運用正確的投球動作，完成最基本的傳接球 能體認身體各部位的動能，並流暢執行守備基本動作	利用基本技巧完成各種基本守備及跑壘	觀察檢核行為檢核口語評量	棒球、手套、角錐、壘包

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

					能以正確的步伐與姿勢，完成四個壘包的繞壘			
第 6 週	6	1. 基本體能 2. 基本傳接球 3. 滾地球接捕 4. 基本跑壘訓練	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	能運用正確的投球動作，完成最基本的傳接球 能體認身體各部位的動能，並流暢執行守備基本動作 能以正確的步伐與姿勢，完成四個壘包的繞壘	利用基本技巧完成各種基本守備及跑壘	觀察檢核行為檢核口語評量	棒球、手套、角錐、壘包
第 7 週	6	1. 爆發力體能訓練 2. 遠投練習 3. 高飛球判斷 4. 牛棚投捕訓練	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	能運用正確的投球動作，完成最基本的傳接球 能體認身體各部位的動能，並流暢執行守備基本動作	利用基本技巧完成投球	觀察檢核行為檢核口語評量	棒球、手套、角錐
第 8 週	6	1. 爆發力體能訓練 2. 遠投練習 3. 高飛球判斷 4. 牛棚投捕訓練	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	能運用正確的投球動作，完成最基本的傳接球 能體認身體各	利用基本技巧完成投球	觀察檢核行為檢核口語評量	棒球、手套、角錐

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

					部位的動能， 並流暢執行守 備基本動作			
第 9 週	6	1.爆發力體能訓練 2.遠投練習 3.高飛球判斷 4.牛棚投捕訓練	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	能運用正確的投球動作，完成最基本的傳接球 能體認身體各部位的動能，並流暢執行守備基本動作	利用基本技巧完成投球	觀察檢核行為檢核口語評量	棒球、手套、角錐
第 10 週	6	1.爆發力體能訓練 2.遠投練習 3.高飛球判斷 4.牛棚投捕訓練	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	能運用正確的投球動作，完成最基本的傳接球 能體認身體各部位的動能，並流暢執行守備基本動作	利用基本技巧完成投球	觀察檢核行為檢核口語評量	棒球、手套、角錐
第 11 週	6	1.速耐力訓練 2.壘間擲準訓練 3.綜合守備 4.固定打擊座訓練	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	能熟悉棒球場上所有專有名詞及術語 對棒球規則有初步的認識 能積極參與比賽，並與隊友合作完成每一個動作	利用對於棒球的理解，與隊友共同完成守備及打擊	觀察檢核行為檢核口語評量	棒球、手套、角錐、球棒、打擊座
第 12 週	6	1.速耐力訓練	1d-III-1 了解運	Hd-III-1 守	能熟悉棒球場	利用對於棒球的理	觀察檢核	棒球、手套、角

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

		2. 壘間擲準訓練 3. 綜合守備 4. 固定打擊座訓練	動技能的要素和要領。	備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	上所有專有名詞及術語 對棒球規則有初步的認識 能積極參與比賽，並與隊友合作完成每一個動作	解，與隊友共同完成守備及打擊	行為檢核 口語評量	錐、球棒、打擊座
第 13 週	6	1. 速耐力訓練 2. 壘間擲準訓練 3. 綜合守備 4. 固定打擊座訓練	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	能熟悉棒球場上所有專有名詞及術語 對棒球規則有初步的認識 能積極參與比賽，並與隊友合作完成每一個動作	利用對於棒球的理解，與隊友共同完成守備及打擊	觀察檢核 行為檢核 口語評量	棒球、手套、角錐、球棒、打擊座
第 14 週	6	1. 攻擊戰術演練 2. 壘間狀況守備演練 3. Long Tee 打擊練習 4. T-Batting 打擊練習	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	能以正確的步伐與姿勢，完成四個壘包的繞壘 藉由各項戰術之演練及參與，提升團體合作與默契 能理解自己於球隊擔任的位置及必須負責的工作	利用所學的打擊及跑壘完成戰術	觀察檢核 行為檢核 口語評量	棒球、手套、角錐、球棒、打擊座

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

第 15 週	6	1. 攻擊戰術演練 2. 壘間狀況守備演練 3. Long Tee 打擊練習 4. T-Batting 打擊練習	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	能以正確的步伐與姿勢，完成四個壘包的繞壘 藉由各項戰術之演練及參與，提升團體合作與默契 能理解自己於球隊擔任的位置及必須負責的工作	利用所學的打擊及跑壘完成戰術	觀察檢核行為檢核口語評量	棒球、手套、角錐、球棒、打擊座
第 16 週	6	1. 攻擊戰術演練 2. 壘間狀況守備演練 3. Long Tee 打擊練習 4. T-Batting 打擊練習	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	能以正確的步伐與姿勢，完成四個壘包的繞壘 藉由各項戰術之演練及參與，提升團體合作與默契 能理解自己於球隊擔任的位置及必須負責的工作	利用所學的打擊及跑壘完成戰術	觀察檢核行為檢核口語評量	棒球、手套、角錐、球棒、打擊座
第 17 週	6	1. 防守戰術演練 2. 牛棚投捕訓練 3. T-Batting 打擊練習 4. 綜合守備	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	能熟悉棒球場上所有專有名詞及術語 對棒球規則有初步的認識	利用守備技巧，完成團隊守備	觀察檢核行為檢核口語評量	棒球、手套、角錐、球棒、打擊座

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

					能積極參與比賽，並與隊友合作完成每一個動作			
第 18 週	6	1. 防守戰術演練 2. 牛棚投捕訓練 3. T-Batting 打擊練習 4. 綜合守備	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	能熟悉棒球場上所有專有名詞及術語 對棒球規則有初步的認識 能積極參與比賽，並與隊友合作完成每一個動作	利用守備技巧，完成團隊守備	觀察檢核行為檢核口語評量	棒球、手套、角錐、球棒、打擊座
第 19 週	6	1. 防守戰術演練 2. 牛棚投捕訓練 3. T-Batting 打擊練習 4. 綜合守備 5. 壘間狀況守備演練	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	能熟悉棒球場上所有專有名詞及術語 對棒球規則有初步的認識 能積極參與比賽，並與隊友合作完成每一個動作	利用守備技巧，完成團隊守備	觀察檢核行為檢核口語評量	棒球、手套、角錐、球棒、打擊座
第 20 週	6	1. 變化球投捕練習 2. 變化球打擊練習	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	能運用正確的投球動作，完成投球	能完成便球投球及打擊	觀察檢核行為檢核口語評量	棒球、手套、角錐、球棒、打擊座
第 21 週	6	1. 防守戰術演練 2. 牛棚投捕訓練	1d-III-1 了解運動技能的要素和	Hd-III-1 守備/跑分性球	能熟悉棒球場上所有專有名	利用守備技巧，完成團隊守備	觀察檢核行為檢核	棒球、手套、角錐、球棒、打擊

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

		3. T-Batting 打擊練習 4. 綜合守備	要領。	類運動基本動作及基礎戰術。	詞及術語 對棒球規則有初步的認識 能積極參與比賽，並與隊友合作完成每一個動作		口語評量	座

◎教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。

臺南市公(私)立協進國民中(小)學 115 學年度第二學期五年級(體育專業領域)課程計畫

課程名稱		專門棒球	實施年級 (班級組別)	五年級	教學 節數	每週（6）節，本學期共（126）節		
課程規範		◎ ☒ 領域學習課程-部定專長領域 ☐ 藝術才能班部定專長領域 ☒ 體育班部定體育專業 ◎ ☒ 彈性學習課程-特殊需求領域課程 專業課程： ☐ 藝術才能班校訂專長領域 ☒ 體育班校訂體育專業						
設計理念		帶領學生學習棒球基本動作及規則觀念，增進身體適能並且最後能完成比賽。						
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養		E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養。						
課程目標		1. 早期發掘具有體育潛能之學生，施予計畫性之適性探索教育。 2. 透過體育教學，激發創造力與運動力，以培養強健體魄與競賽能力。 3. 透過團體活動與競賽，拓展運動視野，培養人群關懷						
課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	學習評量 評量方式	自編自選教材 或學習單 使用教具或器材

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

第 1 週	6	1. 基本體能 2. 基本傳接球 3. 滾地球接捕 4. 基本跑壘訓練	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	藉由各項戰術之演練及參與，提升自信心及獨立性	基本能力回顧	觀察檢核 行為檢核 口語評量	棒球、手套、角錐、球棒、打擊座
第 2 週	6	1. 基本體能 2. 基本傳接球 3. 滾地球接捕 4. 基本跑壘訓練	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	藉由各項戰術之演練及參與，提升自信心及獨立性	基本能力回顧	觀察檢核 行為檢核 口語評量	棒球、手套、角錐、球棒、打擊座
第 3 週	6	1. 基本體能 2. 基本傳接球 3. 滾地球接捕 4. 基本跑壘訓練 5. 遠投練習	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	藉由各項戰術之演練及參與，提升自信心及獨立性	基本能力回顧	觀察檢核 行為檢核 口語評量	棒球、手套、角錐、球棒、打擊座
第 4 週	6	1. 爆發力體能訓練 2. 遠投練習	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	能運用正確的打擊動作，確實擊中球心	打擊爆發力訓練	觀察檢核 行為檢核 口語評量	棒球、手套、角錐、球棒、打擊座
第 5 週	6	1. 速耐力訓練 2. 壘間擲準訓練 3. 綜合守備 4. T-Batting 打擊練習	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	能協助隊友完成守備	團隊守備訓練	觀察檢核 行為檢核 口語評量	棒球、手套、角錐、球棒、打擊座
第 6 週	6	1. 速耐力訓練 2. 壘間擲準訓練 3. 綜合守備 4. T-Batting 打	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎	能協助隊友完成守備	團隊守備訓練	觀察檢核 行為檢核 口語評量	棒球、手套、角錐、球棒、打擊座

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

		擊練習		戰術。				
第 7 週	6	1. 速耐力訓練 2. 壘間擲準訓練 3. 綜合守備 4. T-Batting 打擊練習	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	能協助隊友完成守備	團隊守備訓練	觀察檢核 行為檢核 口語評量	棒球、手套、角錐、球棒、打擊座
第 8 週	6	1. 速耐力訓練 2. 壘間擲準訓練 3. 綜合守備 4. T-Batting 打擊練習	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	能協助隊友完成守備	團隊守備訓練	觀察檢核 行為檢核 口語評量	棒球、手套、角錐、球棒、打擊座
第 9 週	6	1. 變化球打擊練習 2. 變化球投捕練習	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	能完成變化球的投球及打擊	練習變化球	觀察檢核 行為檢核 口語評量	棒球、手套、角錐、球棒、打擊座
第 10 週	6	1. 攻擊戰術演練 2. 壘間狀況守備演練 3. 防守戰術演練 4. 變化球投捕練習	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	能以正確的觀念，完成每一次進攻及防守動作	實際比賽的戰術演練	觀察檢核 行為檢核 口語評量	棒球、手套、角錐、球棒、打擊座
第 11 週	6	1. 攻擊戰術演練 2. 壘間狀況守備演練 3. 防守戰術演練 4. 變化球投捕練習	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	能以正確的觀念，完成每一次進攻及防守動作	實際比賽的戰術演練	觀察檢核 行為檢核 口語評量	棒球、手套、角錐、球棒、打擊座
第 12 週	6	1. 攻擊戰術演練	1d-III-1 了解運	Hd-III-1 守	能以正確的觀	實際比賽的戰術演練	觀察檢核	棒球、手套、角

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

		2. 壘間狀況守備演練 3. 防守戰術演練 4. 變化球投捕練習	動技能的要素和要領。	備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	念，完成每一次進攻及防守動作		行為檢核 口語評量	錐、球棒、打擊座
第 13 週	6	1. 攻擊戰術演練 2. 壘間狀況守備演練 3. 防守戰術演練 4. 變化球投捕練習	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	能以正確的觀念，完成每一次進攻及防守動作	實際比賽的戰術演練	觀察檢核 行為檢核 口語評量	棒球、手套、角錐、球棒、打擊座
第 14 週	6	1. 變化球投捕練習 2. 變化球打擊練習 3. 綜合守備 4. T-Batting 打擊練習	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	能熟練變化球	變化球練習	觀察檢核 行為檢核 口語評量	棒球、手套、角錐、球棒、打擊座
第 15 週	6	1. 變化球投捕練習 2. 變化球打擊練習 3. 綜合守備 4. T-Batting 打擊練習	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	能熟練變化球	變化球練習	觀察檢核 行為檢核 口語評量	棒球、手套、角錐、球棒、打擊座
第 16 週	6	1. 變化球投捕練習 2. 變化球打擊練習	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎	能熟練變化球	變化球練習	觀察檢核 行為檢核 口語評量	棒球、手套、角錐、球棒、打擊座

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

		3. 綜合守備 4. T-Batting 打擊練習		戰術。				
第 17 週	6	1. 變化球投捕練習 2. 變化球打擊練習 3. 綜合守備 4. T-Batting 打擊練習	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	能熟練變化球	變化球練習	觀察檢核行為檢核口語評量	棒球、手套、角錐、球棒、打擊座
第 18 週	6	1. 基本體能 2. 基本傳接球 3. 滾地球接捕	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	能熟悉教練教導之進攻及防守戰術	總複習	觀察檢核行為檢核口語評量	棒球、手套、角錐、球棒、打擊座
第 19 週	6	1. 基本體能 2. 基本傳接球 3. 滾地球接捕 4. 基本跑壘訓練	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	能熟悉教練教導之進攻及防守戰術	總複習	觀察檢核行為檢核口語評量	棒球、手套、角錐、球棒、打擊座
第 20 週	6	1. 爆發力體能訓練 2. 遠投練習 3. 高飛球判斷 4. 牛棚投捕訓練	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎戰術。	能熟悉教練教導之進攻及防守戰術	總複習	觀察檢核行為檢核口語評量	棒球、手套、角錐、球棒、打擊座
第 21 週	6	1. 防守戰術演練 2. 牛棚投捕訓練 3. T-Batting 打擊練習	1d-III-1 了解運動技能的要素和要領。	Hd-III-1 守備/跑分性球類運動基本動作及基礎	能熟悉教練教導之進攻及防守戰術	總複習	觀察檢核行為檢核口語評量	棒球、手套、角錐、球棒、打擊座

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

		4. 綜合守備		戰術。				